

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin cerdo)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P EMPANADILLAS DE ATÚN (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 14)</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS AL PESTO DE GUISANTES (1, 3, 5, 7, 8, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE sin cerdo (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO (1, 3, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo) (6, 7, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES CON SOFRITO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P CUSCÚS SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 5, 6, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (1, 7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4)</p> <p>2P PAVO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO FLAN (1, 3, 7)</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS ESTOFADAS (1, 6, 7)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS de ternera A LA JARDINERA (1, 6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin frutos secos)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P EMPANADILLAS DE ATÚN (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 14)</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (1, 3, 5, 7, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO (1, 3, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (6, 7, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES CON SOFRITO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P PASTA SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 5, 6, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (1, 7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4)</p> <p>2P LOMO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO FLAN (1, 3, 7)</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS ESTOFADAS CON PANCETA Y CHORIZO (1, 6, 7)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (1, 6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de Gestión
ISO 9001:2015
www.saned.com
00 319830464

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin gluten)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS sin gluten AL PESTO DE GUI SANTES (3, 5, 7, 8, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO sin gluten (3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE sin gluten (3, 7, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO sin gluten (3, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (6, 7, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES sin gluten CON SOFRITO (3, 6, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) sin gluten (4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P PASTA sin gluten SALTEADO CON HORTALIZAS (5, 6, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA sin gluten MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4)</p> <p>2P LOMO REBOZADO sin gluten (3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO FLAN sin gluten (3, 7)</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS sin gluten ESTOFADAS (6, 7)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS sin gluten CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (3, 6, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA sin gluten (6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUI SANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin huevo)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P LOMO A LA PLANCHA CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>GU DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS sin huevo A LA NAPOLITANA (1, 5, 7, 8, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P MERLUZA AL HORNO (4)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO sin huevo (1)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE sin huevo (1, 7, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO sin huevo (1, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (6, 7, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES sin huevo CON SOFRITO (1, 6, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes,maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P CINTA DE LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P CUSCÚS SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 5, 6, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P DADOS DE PAVO SALTEADOS</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (1, 7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (4)</p> <p>2P LOMO REBOZADO sin huevo (1)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS ESTOFADAS CON PANCETA Y CHORIZO (1, 6, 7)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P PASTA sin huevo CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 6, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (1, 6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin lactosa)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO sin lactosa (3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA sin lactosa (1, 3, 5, 8, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO sin lactosa (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE sin lactosa (1, 3, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO (1, 3, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo) (6, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES CON SOFRITO sin lactosa (1, 3, 6, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P CUSCÚS SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 5, 6, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P CREMA DE PUERROS</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y QUESO sin lactosa) (1)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4)</p> <p>2P LOMO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS ESTOFADAS (1, 6)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS CON SALSA NAPOLITANA sin lactosa (1, 3, 6, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (1, 6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGUR sin lactosa</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de Gestión
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID: 310830494


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P VERDURA DE TEMPORADA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS sin soja A LA NAPOLITANA (1, 3, 7, 8, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (champiñones y zanahorias)</p> <p>2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO sin soja (1, 3, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (ternera, pollo)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES sin soja CON SOFRITO (1, 3, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P CREMA DE CALABAZA</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P PATATAS Y ZANAHORIAS ALIÑADOS CON ACEITE DE OLIVA</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (olivas, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P PASTA sin soja SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (1, 7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4)</p> <p>2P LOMO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA DE TEMPORADA</p> <p>PO FLAN (1, 3, 7)</p> <p>25</p> | <p>1P PATATAS ESTOFADAS (1)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS sin soja CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 3, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS sin soja A LA JARDINERA (1, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P MOUSSAKA DE VERDURES (7)</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramucos
(13)



Mol·luscs
(14)

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin marisco)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS AL PESTO DE GUISANTES (1, 3, 5, 7, 8, 10)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P GALLO SAN PEDRO AL HORNO (cebolla y zanahoria) (4)</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO (1, 3, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (6, 7, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES CON SOFRITO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P CUSCÚS SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 5, 6, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (1, 7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4)</p> <p>2P LOMO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO FLAN (1, 3, 7)</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS ESTOFADAS CON PANCETA Y CHORIZO (1, 6, 7)</p> <p>2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (1, 6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)

ABRIL | COLEGIO SANTA GEMA (sin pescado)


LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>1</p> | <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>2</p> | <p>1P CREMA DE CALABACÍN</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>3</p> | <p>1P GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>4</p> | <p>1P ESPAGUETIS AL PESTO DE GUISANTES (1, 3, 5, 7, 8, 10)</p> <p>2P POLLO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>5</p> |
| <p>1P CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>2P TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>8</p> | <p>1P PAELLA DE VERDURAS (judía verde, champiñones, zanahorias y guisantes)</p> <p>2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU ZANAHORIA BABY</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>9</p> | <p>1P PASTEL DE CARNE (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P CINTA DE LOMO A LA PLANCHA</p> <p>GU ARROZ INTEGRAL SALTEADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>10</p> | <p>1P SOPA DE COCIDO (1, 3, 6, 9, 10)</p> <p>2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (6, 7, 12)</p> <p>GU REPOLLO REHOGADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>11</p> | <p>1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)</p> <p>2P RAGOUT DE PAVO (9)</p> <p>GU PATATAS FRITAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>12</p> |
| <p>1P MACARRONES CON SOFRITO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>GU BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>15</p> | <p>1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>16</p> | <p>1P ALUBIAS PINTAS</p> <p>PAVO EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 9)</p> <p>GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>17</p> | <p>1P ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)</p> <p>2P TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>18</p> | <p>1P CUSCÚS SALTEADO CON HORTALIZAS (1, 5, 6, 8, 9)</p> <p>2P TERNERA EN SALSA</p> <p>GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>19</p> |
| <p>1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>2P TORTILLA CASERA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)</p> <p>GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>22</p> | <p>1P VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7)</p> <p>2P PIZZA CASERA MARGARITA (salsa de tomate y mozzarella) (1, 7)</p> <p>GU PATATA "AL CALIU"</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>23</p> | <p>1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional sin pescado (3)</p> <p>2P LOMO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>24</p> | <p>1P ARROZ CINCO DELICIAS</p> <p>2P POLLO A LA PLANCHA</p> <p>GU ENSALADA CON EDAMAMES (6)</p> <p>PO FLAN (1, 3, 7)</p> <p>25</p> | <p>1P LENTEJAS ESTOFADAS CON PANCETA Y CHORIZO (1, 6, 7)</p> <p>TORTILLA FRANCESA (3)</p> <p>2P ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS</p> <p>GU</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>26</p> |
| <p>1P LACITOS CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 3, 6, 7, 10)</p> <p>2P ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (1, 6, 12)</p> <p>GU TOMATE ALIÑADO</p> <p>PO FRUTA DEL TIEMPO</p> <p>29</p> | <p>1P GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS</p> <p>2P POLLO RUSTIDO AL HORNO</p> <p>GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ</p> <p>PO YOGURES DE SABORES (7)</p> <p>30</p> | | | |



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)

DESAYUNOS Y MERIENDAS SALUDABLES

TU DIETA DIARIA

completa tu alimentación con una cena adecuada



¿QUÉ COMEMOS PARA CENAR?

Prepara la cena con alimentos que no se hayan consumido en la comida elaborados de forma ligera y simple

SI HAN COMIDO

PUEDEN CENAR

| | |
|------------------------------------|------------------------------------------|
| Verduras y hortalizas | Verduras y hortalizas crudas o cocinadas |
| Patata o boniato | Pasta, arroz, pan u otros cereales |
| Pasta, arroz, pan u otros cereales | Patata o boniato |
| Legumbres | Pescado, huevo o carne |
| Carne blanca o roja | Pescado, huevos o legumbres |
| Pescado blanco o azul | Carne blanca, huevos o legumbres |
| Huevos | Carne blanca, pescado o legumbre |
| Fruta Fresca | Fruta Fresca o lácteo |
| Lácteo | Fruta Fresca |

OFRECEMOS MENÚS...



RECETA DE TEMPORADA



GAZPACHO de Tomate y fresas

TIEMPO
15 min

RACIONES
4 personas

DIFICULTAD
Fácil

INGREDIENTES

- o 700 g de fresas
- o 500g de tomate
- o 1 pepino
- o 1 pimiento verde "italiano"
- o 1 cebolleta pequeña
- o 1/2 ajo
- o 75 ml de aceite de oliva virgen extra
- o 20 ml de vinagre
- o Sal
- o Menta

ELABORACIÓN

Lavar bien los tomates y las fresas. Cortar los tomates en trozos grandes, las fresas en cuarteles, y ponerlas en un cuenco grande.

Añadimos el pepino, el pimiento, la cebolla y el ajo al cuenco con los tomates y las fresas. Utilizar una batidora para triturar todos los ingredientes hasta obtener una mezcla suave.

Incorporamos el aceite de oliva y el vinagre en el cuenco. Mezclar bien para combinar todos los ingredientes.

Ajustar de sal y pimienta. Dejar reposar en la nevera durante al menos dos horas para que los sabores se mezclen bien y se enfríe el gazpacho.

Antes de servir, remover bien el gazpacho y asegurarte de que está suficientemente frío. Servir en cuencos individuales y decorar con algunas fresas y hojas de menta para darle un toque fresco.